



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/11/2026 hétfő (00001) Felnőtt 19-69, 70+	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
	Burgonyás tészta	2 351.42	562.54	17.30	9.68	1.29	100.10	0.00	1.01		
	Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
	Alma	290.83	69.58	0.80	0.80	0.00	14.00	0.00	0.02		
	Összesen:	3 310.65	792.03	33.64	16.59	3.14	124.45	0.00	2.27		
5/12/2026 kedd (00001) Felnőtt 19-69, 70+	E Daragaluska leves	599.57	143.44	4.64	5.75	0.81	18.05	0.02	1.13		
	Tökfőzelék	793.46	189.82	5.31	7.35	2.87	25.24	0.02	0.57		
	Sertéspörkölt	950.39	227.37	25.67	12.61	3.78	2.52	0.00	0.75		
	Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
	Piskótatekercs	654.87	156.67	3.59	4.75	2.34	24.67	15.16	0.05		
	Összesen:	3 591.90	859.31	44.77	31.19	9.84	98.61	15.20	3.08		
5/13/2026 szerda (00001) Felnőtt 19-69, 70+	E Zöldségleves	265.39	63.49	2.69	1.33	0.17	10.00	0.77	1.18		
	Tökmagos rántott sertéskaraj	1 594.90	381.55	30.65	18.99	4.79	21.55	0.54	1.10		
	Spenótos burgonyapüré	1 538.40	368.04	10.72	8.75	2.96	60.13	0.00	0.72		
	Gyöngyhagyma savanyúság	82.72	19.79	0.60	0.05	0.00	4.15	0.00	0.01		
	Összesen:	3 481.41	832.87	44.66	29.12	7.92	95.83	1.31	3.01		





5/14/2026 csütörtök (00001) Felnőtt 19-69, 70+	E	Bakonyi betyárleves	1 132.08	270.83	19.02	15.52	6.02	13.33	0.00	1.18	 	
		Szilvalekváros gombóc	2 045.24	489.29	12.79	3.93	0.33	96.15	5.48	0.78		
		Narancs	346.22	82.83	1.20	0.40	0.00	17.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 523.54	842.95	33.01	19.85	6.35	126.48	5.48	1.97		
5/15/2026 péntek (00001) Felnőtt 19-69, 70+	E	Brokkolikrémleves	514.14	123.00	4.92	7.84	3.24	8.05	1.17	0.55		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 	
		Kapros csirkeragu	877.48	209.92	18.84	8.36	3.81	14.58	0.78	0.84		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
	Összesen:	3 244.82	776.27	32.60	24.95	8.09	104.41	1.95	2.49			

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

